

스파살롱내 딸라소테라피 프로그램에 대한 연구

홍란희* · 허은영

동서울대학 뷰티코디네이션과* · 스위스 퍼펙션(주)

A Survey of the Role of Thalassotherapy Program in SPA Salon

Ran-Hi Hong* · Eun-Young Heo

Dept. of Beauty Coordination, Dongseoul College* · Swiss Perfection co.Ltd.
(2006. 1. 21. 접수)

Abstract

Today, SPA fills many of the same needs as they did thousands of years ago, including relaxation, wellness and stress relief by incorporating many of the same methods embraced by the ancients such as a multitude of hydrotherapy treatments, thalassotherapy and massage therapy, one of the most widely used SPA treatments. The definition is as follows: SPA is entities devoted to enhancing overall well-being through a variety of professional services that encourage the renewal of mind, body and spirit. It was from here that the concept of modernday SPA evolved, incorporating full health and beauty services along with sport, aquatic and rest facilities. Today's SPA, a absolute concept, is being specialized and spread as fast as undefinable just in a word. Thalassotherapy, a kind of SPA therapy, contains minerals and trace elements. Born more than 4,000 years ago in ancient Egypt, thalassotherapy comes from the Greek words for thalasso (sea water) and therapeia (to heal). Thalassa was the Greek personification of the Mediterranean Sea that surrounded them and gave them so much of their sustenance. It helps to nourish, hydrate and refine skin texture and also eliminate metabolic waste and toxins in the body. Thalassotherapy is recommended for post-natal and postsurgery recovery period, chronic fatigue, circulatory problems, cellulite control and dermatological problems. It's also possible to enjoy the thalassotherapy SPA as a day guest. Be sure to try the jansu massage, given in the heated sea water pool. As a trained therapist gently whisks clients through the womb-warm water, clients can practically feel the toxins leave their body. Many women from all over the world have been kept up beautiful skin with applying thalassotherapy to their faces and bodies since long times and these days in France, they are getting great curative clinical effects from renovative and scientific technological combination. Thus thalassotherapy will be absolutely ultimate form of natural healing which can keep and recover human's health and beauty.

Key words : Thalassotherapy(딸라소테라피, 해수요법), SPA(스파)

I. 서 론

오늘날 스파테라피(SPA therapy)는 국외 뿐만 아니라 국내의 호텔, 리조트, 병원 및 스파센터 등

에서 각광받고 있는 테라피이다. 이곳에서는 웰빙 경향의 한 형태로 물을 이용한 다양한 프로그램들이 진행되고 있다. 그 이유는 물이 지닌 신비로운 능력 때문이다. 물은 피부 각종 조직액에 섞여져 흐름으로써 몸 전체의 순환을 돕고 각종 영양소를 용해시켜 피부 함께 전신에 흐르며 각 세포에 전

*Corresponding author: Ran-Hi Hong
E-mail: madampetit@dsc.ac.kr

달됨으로써 신체의 건강을 유지한다. 몸 구석구석에 쌓인 노폐물과 독소를 운반해 몸 밖으로 배출시키는 것도 물의 중요한 작용 중 하나이다. 이밖에도 피의 농도를 조절해 중성 또는 약알칼리성으로 유지시켜 신체 밸런스가 한쪽으로 치우치지 않도록 하는 역할도 한다. 발한을 통해 체온을 조절하는 것도 물의 중요한 임무라 할 수 있다. 최근에는 이러한 특별한 치유효과를 활용하려는 움직임이 눈에 띄게 증가하고 있다. 스파 문화의 확산과 더불어 워터테라피(Watertherapy) 또는 하이드로테라피(Hydro Therapy)와 같은 스파 프로그램들이 각광받고 있는데¹⁾ 이중 스파 테라피의 일종인 딸라소테라피(Thalassotherapy)는 물의 성분을 적극 활용한 테라피로 인기를 모으고 있다.

딸라소테라피(Thalasso Therapy)는 미용과 치유의 목적으로 해수나 해초류를 사용하는 테라피의 한 형태이다. 피부세포에 원활한 산소를 공급하고 몸에서 독소를 배출시키기 위하여 미네랄 솔트를 사용하기도 하며 자연스럽게 체내에 필요한 미네랄을 공급함으로써 신체 밸런스를 유지시키고, 피부에 에너지를 준다. 딸라소테라피(Thalassotherapy)는 그 특성상 리조트나 호텔에서 널리 시행되어져 왔지만 최근에는 해양심층수 성분이 포함된 제품의 발달로 도심 속에서도 딸라소 프로그램을 다양하게 사용하고 있다.

최근 일부 연구에서는 스파테라피를 이용한 체형관리가 효과적인 것으로 보고되고 있으나 아직까지 이에 대한 과학적인 연구 검토는 이루어지지 않고 있다. 전문적인 기관에서 스파테라피를 시행하고 있는 실정인데 그중에서도 현재 살롱의 매출을 크게 좌우하는²⁾ 것은 비만 및 건강관리, 관절염과 류머티즘의 통증 치료의 고객들이 주요 대상이다³⁾.

본 연구에서는 가까운 미래에 “스파시장의 규모”가 빠른 속도로 성장하고 자동화 시대로의 변천을 거듭할 것이라는 시대적 흐름을 그 근거로 하고 있다. 고영양시대로의 돌입에 의한 “비만인구의 증가”를 바로 목적형 스파(Destination SPA)에서 바라본 “스파의 주요 해결대상”⁴⁾임을 인식하기로 한다. 바로 딸라소테라피가 체내 독소 및 노폐물 배출을 통해 신체 균형 유지를 돕는 비만 관리 또는 살롱 트리트먼트 프로그램 개발에 도움이 되는 기초자료를 제공한다는 것이 본 연구의 목적이다.

II. 이론적 배경

1. 딸라소테라피(Thalassotherapy)의 개념

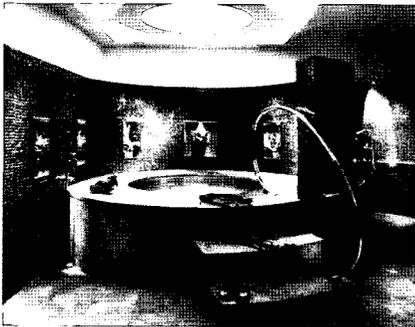
딸라소테라피(Thalassotherapy)의 어원은 그리스어로 ‘바다’라는 뜻이다. 이 신비로운 테라피를 한 마디로 정의한다면 바다(바닷물, 바다진흙, 해조류, 소금 등)가 지닌 거대한 기운을 빌어 질병의 치유와 휴식, 피부미용과 정서적 안정을 도모하는 자연치료법이라 할 수 있다. 기원전 약 400 년경에 에우리피데스(Euripides)는 ‘바다는 사람의 병을 치료한다.’ 라는 책을 펴냈으며 1791년 존 랩슨 박사는 처음으로 해양병원을 설립하였다. 그리고 1822년 프랑스에서 해양요법을 시도하였으며 1899년에는 루이스 바고 박사가 로스코프에 최초의 해양요법 센터를 설립⁵⁾ 하였다.

딸라소테라피는 “질병 치료에 있어 해수의 과학적인 사용”이다. 그동안 딸라소테라피라는 용어는 대개 우리의 전문적인 목적을 위한 해수요법의 개념으로 받아들여져 왔다. “Thalassa”는 그리스어로 “해수”의 의미를 내포하고 있으며 1753년 Charles Russel 박사는 염분과 미네랄 성분이 신체계의 활력과 정화효과에 기여한다는 해수의 장점에 대한 최초 현대논문을 발표하였다.

즉 기원전 수천 년 전에 이미 딸라소테라피는 염분과 미네랄성분이 신체계의 활력과 정화효과를 통해 인간의 치료와 건강에 완전한 역할을 수행해 왔다. 실제 딸라소테라피 프로그램 시행시 물에 첨가하는 재료에는 해수의 성분과 흡사한 솔트, 해초, 진흙, 에센셜 오일 등이 포함되어 있다. 1897년 프랑스의 생물학자 Rene Quinton 은 인간의 백혈구세포가 해수 내에 생존한다고 설명하였다. 또한 해수의 화학학적 구성성분과 pH 밸런스가 인간의 양수와 거의 흡사하다고 주장한다. 양수는 햇빛이 들지 않아 병원균이 없을 뿐만 아니라, 생명(세포)에 필요한 여러 가지 영양성분들을 그대로 간직하고 있으며 수심 200 m 이상의 깊은 바다속 물인 심해수와 성분이 비슷하다. 미네랄성분과 미량원소를 함유한 해수는 피부조직에 영양공급, 보습 및 순화작용을 하며 피부톤과 탄력개선 및 근육의 유연성 유지와 긴장감을 완화시켜준다. 또한 산소와 영양성분은 전신의 순환을 촉진시켜주고 신체내의 노폐물과 독소를 제거한다.

대부분의 딸라소테라피는 대표적으로 혈액순환의 기능을 갖고 있다. 따뜻하거나 뜨거운 물은 모든 조직과 기관에 영양과 산소를 공급하기 위해 모세혈관 확장을 유발한다. 차갑거나 시원한 물은 그 반대로, 모세혈관 수축을 유발한다. 이런 빠른 자극으로 신체 부종의 감소에 도움을 준다. 차가운 물은 상쾌한 반면에 따뜻한 물은 편안하다.

딸라소테라피 프로그램을 적용할 수 있는 주요 대상은 출산 후, 수술 후 회복기 환자 혹은 만성적 피로에 시달리는 직장인, 순환계 문제나 셀룰라이트의 조절이 필요한 고객과 피부과적 문제를 지닌 일반인 등이다. 즉, 딸라소테라피는 신진대사와 혈액순환을 증진시켜 체내 물질의 교환을 활성화시키고 독소의 배출과 물질 소모를 돕는다. 미네랄 솔트는 세포 생명력에 효과가 있어 피부보습과 고운 피부결을 만드는 데에 도움이 된다. 해초 속의 요오드 성분은 갑상선에 관여하며 활발한 신진대사와 순환, 세포의 재생을 돕는다. 정제된 바닷물의 성분을 살펴보면 우리 몸의 혈액, 혈장에 존재하는 무기질과 거의 동일하다. 또한 해조류에는 미량원소를 포함한 무기질이 많아 우리 인체의 관리



<그림 1> De Pascale the Spa in NewYork



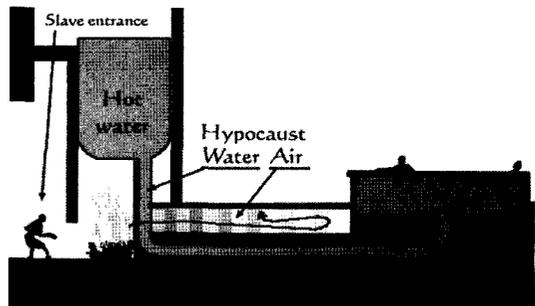
<그림 2> Seawater(Healing water)

에 사용하면 독소 배출과 미네랄 보충이 동시에 이루어져 전신의 건강을 유지⁶⁾시켜준다. 아래 그림 1은 딸라소테라피를 스파메뉴에 성공적으로 정착시키고 있는 미국 뉴욕의 드 파스칼 더 스파(De Pascale the Spa)이며 그림 2는 미량원소가 풍부하여 각종 의학 및 미용치료에 이용되며 딸라소테라피 센터가 잘 정착되어 있는 있는 프랑스 브레타뉴 해안(Brittany Coast of France)이다.

2. 스파(SPA)의 전개

스파(SPA)라는 용어는 ‘스파우(SPAU)’라는 벨지움 리게 근처의 한 작은 마을 지명으로부터 나왔다. 그 작은 마을은 광천수 지역으로 사람들은 그곳을 방문하여 다양한 질병과 신체적인 문제들을 치료하기 위해 온천수를 이용하곤 하였다. 동부 아르덴 고원 베스트르강 지류를 따라 위치한 이곳은 옛날부터 류머티즘, 호흡기계 질환에 효험이 있는 광천으로 잘 알려진 곳이다⁷⁾. 현재는 물을 이용한 시설이란 넓은 의미로 사용되고 있다. 당시 로마제국의 상류층에서는 “물 가지고 가기”가 유행이었다. 이러한 특별한 광천수에서 목욕을 하고 그 물을 마시며 또한 온천 휴양지에서 휴가를 보내면서 사교를 하는 일이 오랫동안 유행이었다. 실제로 목욕은 로마인 일상생활의 일부였다. 피터대제도 자신의 질병을 치료하기 위해 온천장을 찾았다.

로마인들은 기원전 2세기경부터 목욕을 생활화해왔는데 처음에는 남성들만의 전유물이었다. 최초의 목욕은 발네움(balneum)이라고 알려져 있으며 규모는 대형 목욕탕의 수준으로 몸의 여러 부위에 온수와 냉수 혹은 뜨겁거나 차가운 공기를 배출하는 난방식(hypocaust system)이 적용되었다.



<그림 3> 고대 로마식 목욕 시스템
(History of Ancient Roman baths)

아래 <그림 3>과 같은 구조로 설명한다. 온천장은 1 차 세계대전이 발발하기 전까지 유럽에서 계속 유행이었다.

전쟁이 종료되자 건강관리가 보편화되고 현대의 학에 대한 사람들의 관심이 높아져 온천장에 대한 열기는 잠시 수그러들었다. ‘건강을 위한 물(Sante Per Aqua)’이란 말의 앞 글자에서 따왔다는 설(設)도 있다. 스파 치료로 역사적 뿌리가 가장 깊은 곳은 아마도 사해(Dead Sea)일 것이다. 이곳은 전 세계 사람들이 관절염이나 피부병 등을 치료하기 위해 몰려드는 곳인데 특히 염분이나 미네랄의 높은 함유량 때문에 그렇다고 한다⁸⁾.

3. 스파(SPA)의 유형

1) 목적에 따른 분류

스파시설을 이용하고 스파테라피를 즐기는 개인적인 목적에 따른 분류는 다음과 같다. 첫째 홀리스틱 스파(Holistic SPA)는 몸, 마음과 정신을 최적의 상태로 회복시켜 신체의 정상기능을 개선시켜주는 방법으로 대체 의학적인 치료방법과 개별 영양상태와 식단에 이르기까지 맞춤 제공한다. 둘째 메디컬스파(Medical SPA)는 의학과 웰니스(Wellness) 케어를 결합시킨 서비스와 치료 목적의 트리트먼트를 갖춘 스파이다. 셋째 데이스파(Day SPA)는 하루 미만의 일정으로 스트레스 완화와 휴식의 개념이 고객에게 제공된다. 작은 공간에서도 가능하다는 것이 장점이다.

2) 장소에 따른 분류

리조트-호텔스파(Resort-Hotel SPA)와 피트니스 시설이 제공되는 클럽스파(Club SPA), 주로 비만관리와 건강회복을 위해 내부 숙박시설을 이용하여 1주일 이상 머무르는 목적형인 데스티네이션 스파(Destination SPA)와 시설 내부에 해수 온천 등을 갖춘 미네랄-온천 스파(Mineral-Hot spring SPA)가 있다.

3) 적용되는 방법 및 테크닉에 따른 스파테라피의 분류

스파살롱에서 고객의 타입, 문제와 방문목적에 따라 재료,실기 테크닉 및 방법은 다르게 적용된다. 그에 따른 스파테라피의 분류는 아래 <표 1>과 같다.

4) 딸라소테라피의 실무 행위 특성

스파 살롱 내에서의 고객관리란 고객의 전반적인 웰니스 상담과 더불어 피부타입과 전신 분석, 호르몬의 불균형 여부 체크 등을 들 수 있다. 또한 혈압, 심장 문제, 임신여부, 상처의 여부를 묻고 방사선 트리트먼트나 화학요법 적용 시에는 문서상 동의가 필요하다는 점을 사전에 주지시킨다. 처음 고객을 맞을 때 준비사항으로는 헤어캡이나 보닛, 1 회용 브라와 팬티, 소리가 나지 않고 편안한 슬리퍼와 스파 로브 제공이 필수적¹⁰⁾이다. 트리트먼트에 들어가면서 고객의 가장 큰 관심사는 노출여

<표 1> 스파테라피의 분류⁹⁾

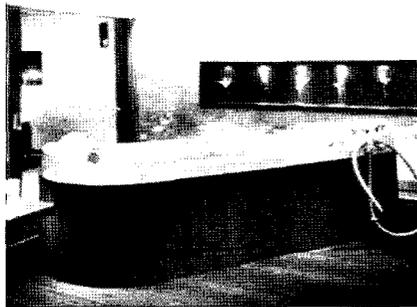
종류	내 용
발네오테라피(Balneotherapy)	미용과 치유의 목적으로 욕조 사용하는 테라피
딸라소테라피(Thalassotherapy)	해수나 해초류 사용하는 테라피, 독소배출과 미네랄 보충
하이드로테라피(Hydrotherapy)	일반적으로 가장 많이 보급. 뷰티와 웰빙을 위한 전문 트리트먼트로 물을 사용
마사지테라피(Massagetherapy)	다양한 마사지테크닉으로 피부 자극과 혈액순환 촉진. 인체의 자연치유력 향상
아로마테라피(Aromatherapy)	향기요법을 적용하여 인체의 정신적 육체적 건강을 지향
기기 및 기구 이용한 테라피	하이드로 스파 기기와 에스테틱 살롱기기 및 기구로 마사지테라피의 효과 보충
요가와 명상(Yoga&Meditation)	현대인의 육체와 정신, 마음을 다스리게 하는 마인드테라피
사운드테라피(Soundtherapy)	‘음’뿐만 아니라 ‘소리진동’ 법칙을 피부감각에 전달하여 스트레스 완화와 육체적 긴장이완에 효과
스파 퀴진(Spa Cuisine)	웰빙을 위한 식단. 기능과 맛을 고려



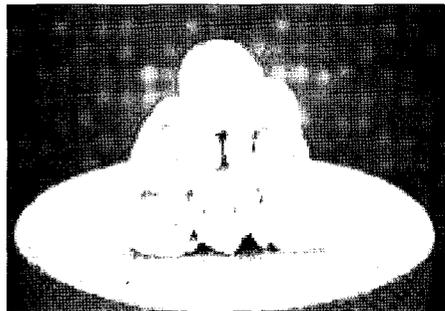
<그림 4> 릴렉스용 Herbal pillows



<그림 6> 고객의 휴식공간



<그림 5> 스파용 욕조(Bath tub)¹¹⁾



<그림 7> 위생적인 타월 비치

<표 2> 피부미용실에서 사용되는 소독제¹²⁾

소독제	형태	살균작용농도	적용시간
소듐 차아염소산염(가정용표백제)	액상	10% 용액	10분 또는 그 이상
제4급 암모니아 합성물	액상;정제	1/1,000 용액	20분 또는 그 이상
포름알린	액상	20% 용액	10분 또는 그 이상
포름알린	액상	10% 용액	20분 또는 그 이상
알코올	액상	70% 용액	10분 또는 그 이상

부와 노출의 정도다. 사전 고객예약 시 수영복 착용은 고객의 선택사항임을 알려야 한다. 일단 스파 관리에 들어간다면 고객에게 사소한 부분에서라도 불편함을 끼칠 수 있는 모든 요소들을 고려해야 하는데, 즉 테라피스트의 몸에 착용된 헤어클립이나 귀걸이 같은 작은 소품은 일체 제거해야 한다.

스파를 즐기는 욕조내부와 주변의 소독을 위해서는 ‘클로라젠’ 같은 소독제를 사용하는데 현재 우리나라에서는 잘 실천되지 않는 부분이지만 가장 좋은 방법은 고객이 보는 앞에서 고객과 함께 욕조 내에 소독제나 살균, 방부제를 티스푼으로 첨가하는 것이다. 이런 작은 부분까지 세세히 신경 썼을 때 고객 예약율과 만족도를 효율적으로 높일 수 있다. 항상

물과 기계적 마찰을 접하게 되는 SPA의 환경에서 비교적 안전하고 위생적인 고객관리를 위해 표 2와 같은 소독제의 종류를 알아두면 도움이 된다. <그림 4~7>은 스파살롱내에서 테라피 적용 외에 고객관리에 필요한 준비사항들을 보여준다.

III. 조사방법

1. 조사 대상 및 방법

본 연구는 스파살롱내 딸라소테라피 현황을 조사하기 위해 바디프로그램을 활성화시켜 부분적으로 딸라소테라피를 응용하는 호텔, 리조트 및 테

이스파를 대상으로 조사기간은 2005년 7월 1일 ~2006년 4월 30일까지 9개월간 연구자의 실제 방문 및 체험과 연구보조원 5명의 조사결과를 토대로 하였다. 국외의 딸라소테라피 프로그램으로는 직접 방문조사나 체험이 아닌 문헌조사의 방법을 통해 수집한 내용으로 제한적이다.

2. 조사내용

실제 방문 체험 및 직간접 조사방법을 통해 바다 프로그램이 활성화되어 있고 부분적으로 딸라소테라피 프로그램을 적용하고 있는 호텔, 리조트 7곳과 데이스파 8곳을 조사대상으로 하였다. <표 3>에서 리조트형 스파는 남제주군에 위치한 Nine Bridges 1곳이다. 스파메뉴중 바다에 적용하고 있는 프로그램을 중심으로 조사하였고 그중 딸라소테라피가 적용된 프로그램에는 별도 표시하였다. 방문 및 체험조사에 따르면 Hotel 및 Resort형 스파에서는 ‘딸라소테라피’를 Spa package나 Detox 명칭의 프로그램 또는 ‘수압’과 ‘터치’를 이용한 Blitz shower와 Hydro-bath (tub)요법에 적용하고 있었다. Day형 스파에서는 Body energizing, Detox, Rainy Day나 Marine SPA 등의 프로그램에 딸라소테라피의 컨셉과 목적을 활용하고 있었다.

IV. 국내의 딸라소테라피 현황

1. 국내 딸라소테라피 트리트먼트

국내 주요 호텔 및 리조트 스파의 주요 바다 프로그램중에서는 6곳 중 4곳에서, 데이 스파의 경우 8곳 중 3곳에서 응용된 딸라소테라피를 시행하고 있는 것으로 나타났다. Thalassa(바다)와 therapy(치료)를 지칭하는 딸라소테라피(Thalassotherapy)의 어원이 말해 주고 있듯이 해수요법의 어원이 말해 주고 있듯이 바닷가에서만 시행될 수 있는 것이다. 해안 지방의 기후, 공기, 물, 모래 등이 가지고 있는 장점과 바람, 기온, 습도 등의 모든 요소들이 해수요법의 효능에 관련된다. 현재 국내에서는 휴양지를 중심으로 딸라소테라피의 개념을 부분적으로 적용한 스파와 온천 리조트들이 경쟁적으로 생겨났으며 심신의 편안함을 기초로 한 아름다움을 추구하는 살롱들이 최고급 호텔내 혹은 고급 에스테틱 살롱을 중심으로 확산되고 있다¹³⁾. 또한 해변과 거리가 있는 도심에서도 딸라소테라피 프로그램을 기초로 한 다양한 프로그램들이 응용되고 있다. 아래 표 3과 4는 국내 주요 호텔, 리조트 스파 및 데이 스파에서 실제 가장 많이 활용되고 있는 바다 프로그램을 조사한 내용이다. 실제 딸라소 테라

<표 3> 국내 호텔 및 리조트 스파의 주요 바다프로그램

구분	Program	W호텔	La Clinique de Paris	Club Mayfield	JW	Aqua view (제주)	Nine bridges (제주)
호텔 & 리조트 스파	Spa package	**					
	Ayurvedic	*					
	Turkish Hamam	*					
	Detox		**				
	Balance		*				
	Java		*				
	Reflexology			*			
	Hydro Bath(Tub)				*	**	**
	Blitz shower				**		
	Swedish					*	
	Stone					*	
Aroma-therapy					*		

스파의 경우, 조사자가 직접 방문 및 체험한 곳임

**딸라소테라피를 부분적으로 응용한 프로그램

<표 4> 국내 데이스파의 주요 바디프로그램

Program	Greentea	Spa day	Aruna	Aldo Coppola	Clarins	Jung& Jung	Kokonor	Health&Slim
Body energizing	**							
Reflexology	*	*		*		*		
Slimming		*			*			*
Stone		*						
Thai			*	*				
Detox			*				**	*
Spa package				*				
Balance				*				
Sound						*		
Rainy day(Blitz)							**	
Marine SPA								**

____된 스파의 경우, 조사자가 직접 방문 및 체험한 곳임
**딸라소테라피를 부분적으로 응용한 프로그램

피를 응용한 프로그램은 호텔 및 리조트 스파에서는 SPA Package, Detox, Hydro bath (tub)로 데이스파에서는 Body energizing(wrap), Blitz shower 혹은 Slimming, Rainy Day와 Marine SPA 등의 명칭을 들 수 있다.

1) 몸을 적시는 트리트먼트 요법

딸라소테라피 센터에서 행해지는 해수 치료법의 특성은 식물성 플랑크톤 등 바닷물의 살아 있는 자양분을 그대로 유지하면서 온도를 35°C 정도로 끌어올리는 데에 있다. 우리가 흔히 볼 수 있는 해초를 이용한 팩이나 바닷물을 욕조에 받아놓고 적당한 온도로 데운 뒤, 기포가 나도록 함으로써 바닷물에 함유되어 있는 미네랄을 우리 몸에 흡수시키는 방법이 있다. 또한 근육의 긴장을 풀면서 전신을 이완시켜 주는 방법 등 바닷물을 이용하여 몸매를 가꾸거나 활력을 부여하는 목적에 다양하게 이용하고 있다.

2) 알고테라피(Algotherapy)

딸라소테라피 시술에 있어 가장 주요 요법은 알고테라피로, 이는 수 천 년 전부터 극동지방, 특히 중국, 일본과 말레이시아 등지에서 많이 사용해오던 해초요법으로 알려져 왔다. 지구상에는 약 25,000

여종의 해초가 존재하는데, 이중 딸라소테라피 센터에서 사용하는 해초는 프랑스 북부 브레타뉴 해안의 깊은 곳에서 채취한 갈조류, 라미나리아와 모자반속 등이다.

40°C로 데워진 뜨거운 해초팩 마사지로 근육의 긴장을 풀어주고 필요한 해양 성분을 공급한다. 해초에는 다양한 미네랄과 올리고 성분, 엽분, 비타민, 아미노산과 기타 다양한 필수성분들이 농축되어 있으며 항생작용 및 세균과 바이러스의 번식을 억제하는 기능을 지니고 있다.

3) 해초목욕요법(Thalasso bath therapy)

해양추출물을 함유한 바닷물과 해초를 이용한 요법. 올리고 성분에 의해 긴장 완화 및 활력 회복을 도와준다. 욕조에 누워 따뜻하게 데운 해초를 신체의 일정 부위에 발라준 후 자외선을 조사하면서 치료하는 방법이다. 스킨케어는 물론 뼈나 근육의 외상, 류마티스성 수술 환자의 통증완화, 소아마비 환자의 혈액 순환 촉진 등에도 사용된다.

4) 해수를 이용한 제트 샤워요법(Jet shower therapy)

혈액 순환을 원활하게 하고 독소 제거를 용이하

<표 5> 왓츠(Watsu)를 이용하는 센터

미국과 유럽	우리나라
라스베가스의 그린밸리 랜치 리조트스파 & 카지노(Green Vally Ranch Resort Spa & Casino)内の 더 스파(The SPA)	W호텔의 Away SPA(서울소재)
프랑스의 브레타뉴 해안(Brittany Coast of France), 비아리츠, 마르세이유, 모나코, 니스 해안가 리조트	Aruna SPA(부천소재)

게 하는 강한 압력의 바닷물 줄기 마사지로 피부를 적절히 자극시켜 활력 강화에 도움을 준다. 몸을 적시는 트리트먼트 요법의 하나로 다양한 샤워의 형태로 시술하며 해초목욕 전후 연결 시술의 방법으로 사용한다. 대표적인 것은 그랑 젯(Grand Jet), ‘두슈 마사쥬’(Douche Massage)와 수 마랭(Su Mareng) 등의 시술요법이다. ‘그랑 젯’은 서 있는 상태에서 강한 수압으로 끌어올린 물을 신체 각 부위에 뿌려 긴장감을 더해주는 방법이다. ‘두슈 마사쥬’는 편안히 엎드린 상태에서 가볍게 물을 뿌려주며 신체의 주요 부분에 물을 가해 마사지한다. ‘수 마랭’은 욕조에 편안히 누워있는 상태에서 관리자가 호스를 통해 나오는 물의 수압을 조절하면서 해당 신체 부위에 골고루 마사지를 적용하는 방법이다.

5) 진흙요법(Mud therapy)

다량의 올리고 성분이나 바다 소금 등 신체 조직에 필요한 영양분을 보다 잘 흡수시키고 바다 진흙을 이용하기도 한다. 진흙을 어떻게 이용하느냐에 따라 다음과 같이 두 가지 방법으로 구분할 수 있다. 우선 진흙 목욕은 약 2 kg의 진흙을 500 리터 가량의 물에 풀어 넣고 몸을 담그는 방법이다. 두 번째로 국소 진흙 요법은 해초요법처럼 적당량의 진흙을 작은 주머니에 넣은 다음 신체의 일정 부위에 닿게 함으로써 그 시술 효과를 높여 주는 것이다. 그 밖에 딸라소테라피 프로그램에서는 모래를 이용한 치료요법이나 바다의 공기를 불어넣어 주는 호흡 요법, 다리와 팔 부위를 위한 전문 트리트먼트 관리에 사용되는 페디튀브 요법과 찜질요법 등이 사용되고 있다. 또한 해수 거품을 이용한 목욕요법도 인기가 높다¹⁴⁾.

2. 국외의 딸라소테라피 트리트먼트

프랑스를 중심으로 하는 딸라소테라피 센터

(Thalassotherapy center)는 숙박을 위한 부대시설로의 센터가 아니라 딸라소테라피 센터를 위해 대규모의 숙박시설이 만들어질 정도로 그 규모가 매우 크다. 뷔오비메르 딸라소테라피 센터의 경우는 여기에서 관리를 받기 위해 방문하는 고객을 위한 호텔시설이 센터보다 더욱 큰 규모로 운영되고 있다. 딸라소테라피는 일본, 발리, 태국과 같은 동아시아에서 뿐만 아니라 유럽에서도 그 특성상 해변을 끼고 있는 호텔이나 리조트에서 각기 특화된 프로그램을 내세워 각광받고 있다. 해변을 끼고 있는 프랑스 지역에 가면 보편화된 해수이용시설(딸라소테라피 센터)에서 대부분 치료성의 목적으로 적용하고 있다. 브레타뉴, 비아리츠, 마르세이유, 니스, 칸이나 모나코 등 우리 귀에 익숙한 프랑스의 대부분 해안가에는 유명한 딸라소테라피 센터가 자리하고 있는데 그곳을 이용하는 대다수 사람들의 목적은 물의 치료 효과 때문이다. 그래서 이러한 센터에는 전문의료진이 상주하면서 개인의 몸 상태와 건강, 피부 문제에 따라 다양한 수(水)치료 프로그램을 제시해 준다. 프랑스에서 딸라소테라피(해양요법) 붐을 조성했던 루이스 보베(프랑스의 대표 사이클 선수)에 대한 유명한 일화가 전해진다. 그는 경기도중 사고를 당해 하반신 마비가 되었는데 프랑스 브레타뉴 지방의 라스코프라는 수치료 센터에서 치료를 받으면서 기적적인 회복을 한 것이 세상에 알려지면서 딸라소테라피에 대한 세인들의 이목이 집중되기 시작되었다고 한다.

해수나 온천수를 이용하지 않는 수치료 프로그램도 있는데 그 대표적인 것 중의 하나가 왓츠(Watsu)다. 왓츠란 물(Water)과 시아츠(Shiatsu)라는 일본식 마사지 기법을 합성한 용어로 물속에서 테라피스트가 고객에게 지압을 이용하여 마사지를 해주는 프로그램이다. 대다수의 유럽과 미국의 하이드로테라피 센터에서 이 왓츠를 적용하고 있을 만큼 인기를 누리고 있는 프로그램이다¹⁵⁾.

V. 결 론

스파테라피(SPA therapy)는 미용과 치유의 목적으로 긍정적인 의미를 지니고 있다. 오늘날 스파는 어느 하나의 절대적인 개념으로 정의내릴 수 없을 만큼 빠른 속도로 분화, 확산되어 가고 있다. 새로운 문명과 라이프스타일의 변화로 스파 산업과 시장은 부인할 수 없을 만큼 빠른 속도로 글로벌화를 향해 달려가고 있다. 국내 주요 호텔과 리조트의 바디 프로그램중에서는 6곳 중 4곳에서, 데이 스파의 경우 8곳 중 3곳에서 응용된 딸라소테라피를 시행하고 있는 것으로 나타났다.

지리적으로 실제 해변가에 위치한 SPA가 아니라도, 최근에는 일반 바닷물이 아닌 해양심층수를 활용한 딸라소테라피가 더욱 각광받고 있다. 오래전부터 세계의 많은 여성들은 딸라소테라피를 얼굴과 전신에 활용함으로써 건강하고 아름다운 피부를 유지했고 최근 프랑스에서는 혁신적이고 과학적인 기술력의 결합(micronised seaweed)으로 놀라운 치유력의 임상효과들을 얻어내고 있다. 또한 딸라소테라피는 체내 독소 및 노폐물 배출을 통해 신체의 균형을 유지시켜주는 비만 관리 또는 살롱 트리트먼트 프로그램의 개발에 적극적인 도움이 될 것이다. 점차 딸라소테라피는 인간의 건강과 아름다움을 유지 및 회복시켜줄 수 있는 자연 치유적인 관리의 형태로 확실하게 자리매김 될 것이다.

참고문헌

- 1) 스파의 신비 체험- 물안에 담이 있다(2006). Spa Life. 4월호, p.29.
- 2) 박순정(2006). 성공적인 비만관리를 위한 절차(protocol) 제시. 제 2회 에스테틱월드 스킨 & 보디 학술 컨퍼런스 학술지, pp.12-13.
- 3) 장태수(2006). 웰빙산업의 트렌드와 국내 에스테티션들의 준비, 월간 BI, 6월, pp.140-142.
- 4) 전세일(2006). 한국의 스파현황 및 전망. 제2회 SISPA 스파세미나 학술지, 3월, p.4.
- 5) 2006년 글로벌 스파시장이 진화한다(2006). Spa Life. 3월, p.27.
- 6) www.depasqualetspa.com
- 7) 서남미(2003). 웰빙 트렌드(well-being trend)가 건강 지향적 소비행동에 미치는 영향에 관한 연구. 석사학위논문. p.3.
- 8) 스파 개념의 역사적 진화와 현대적 의미(2006). Spa Life. 5월, p.35.
- 9) 김봉인 외(2006). 스파뷰티테라피. 정담미디어, pp.17-29.
- 10) 김봉인 외(2006). '위의 책'. pp.17-29.
- 11) 임하성(2004). 아름다운 몸, 건강한 몸을 위한 목욕 건강 30분. 가림출판사, pp.41-48.
- 12) 김영권 외(2006). 소독 및 전염병학. 청구문화사, pp.25-32.
- 13) 박영은(2003). Thalassotherapie. 대한피부미용교육 학술지, 1(3), pp.190-192.
- 14) http://www.lirikos.co.kr/index_out.html
- 15) <http://blog.naver.com/ydlee21c?Redirect=Log&logNo=80023227914>